

**PENERAPAN TEKNIK PERMAINAN “SIAPA DI SAMPINGKU” DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VII-E SMP ISLAM NGORO JOMBANG**

***THE IMPLEMENTATION OF “SIAPA DI SAMPINGKU” AS A TECHNIQUE OF GUIDANCE GAME TO IMPROVE THE STUDENTS’ ABILITY ON ADAPTATION ON CLASS VII-E OF SMP ISLAM NGORO JOMBANG***

**Dhea Devia Ratna**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

email: [dheamutmut@gmail.com](mailto:dheamutmut@gmail.com)

**Denok Setiawati S.Pd, M.Pd, Kons.**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

email : [prodi\\_bk\\_unesa@yahoo.com](mailto:prodi_bk_unesa@yahoo.com)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII-E SMP Islam Ngoro, Jombang.

Jenis penelitian ini menggunakan rancangan *Pre-Experiment* berupa *Pre-test* dan *Post-test One-Group Design*. Subjek dalam penelitian ini adalah 6 siswa kelas VII-E SMP Islam Ngoro, Jombang yang memiliki kemampuan penyesuaian diri rendah. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket tertutup dengan 4 pilihan jawaban yang terdiri dari selalu, sering, kadang-kadang dan tidak pernah.

Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non parametrik dengan uji jenjang bertanda *wilcoxon*. Setelah di lakukan analisis dengan menggunakan uji jenjang, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor kemampuan penyesuaian diri siswa antara sebelum dan sesudah perlakuan. Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* diketahui bahwa nilai kritis T untuk uji jenjang Wilcoxon dengan taraf signifikan 5 % dan  $N = 6$  diperoleh  $T_{tabel} = 1$  sehingga  $T_{hitung}$  lebih kecil  $T_{tabel}$  ( $0 < 1$ ) berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII-E SMP Islam Ngoro Jombang.

Kata Kunci : Bimbingan Kelompok Teknik Permainan “Siapa Di Sampingku” , Kemampuan penyesuaian diri

**Abstrak**

*This research aimed at investigating the implementation of siapa disampingku as a technique of guidance game to improve the students’ ability on adaptation on class VII-E of SMP Islam Ngoro, Jombang.*

*Coping with that, this research used Pre-Experiment methodology through conducting Pre-test and Post-test One-Group Design. There were six students of class VII-E of SMP Islam Ngoro, Jombang who had low level ability on adaptation that involved as the research subjects. Then, the data were collected by giving the enclosed survey in which 4 possible answers were provided in the scale; very often, often, sometimes and never.*

*Next, the data were analyzed by using non- parametric statistics of Wilcoxon Test. After that, the result revealed the significant differences on the students’ ability on adaptation’s score before and after the treatment given. Regarding to the Wilcoxon Test, it was found that the critical levels of T with significance level of 5 %, and  $N = 6$  was  $T_{table} = 1$ . It made  $T_{count}$  smaller than  $T_{table}$  ( $0 < 1$ ). As a consequence,  $H_0$  was rejected while the  $H_a$  was accepted. Based on that finding, it can be concluded that the implementation of “siapa disampingku” as a technique of guidance game to improve the students’ ability on adaptation on class VII-E of SMP Islam Ngoro, Jombang was effective.*

*Key words: Technique of Guidance Game “Siapa Disampingku” , students’ ability on adaptation*

# Penerapan Teknik Permainan “Siapa Di Sampingku” Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Kelas Vii-E Smp Islam Ngoro Jombang

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses membantu individu arah terbentuknya kepribadian yang optimal bagi setiap peserta didik sesuai dengan potensi dan karakteristiknya masing-masing, dimana peserta didik merupakan pribadi-pribadi yang unik dengan segala karakteristiknya. usaha sadar untuk pengembangan kepribadian yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan juga bermakna usaha sadar untuk pengembangan kepribadian yang berlangsung seumur hidup. Salah satu keunikan peserta didik adalah dalam hal kemampuan berinteraksi dengan lingkungannya. Beberapa individu mampu menyesuaikan diri dengan cepat dan baik dengan lingkungan barunya sehingga tidak akan mengalami hambatan dalam pergaulan. Sebaliknya individu yang kurang bisa menyesuaikan diri, berpeluang untuk mengalami kegagalan dalam proses pendidikan dan pembelajarannya. Individu yang kurang mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungannya akan mengalami perasaan tertekan karena merasa dikucilkan dari pergaulan.

Hal ini sesuai dengan Panuju (2005:37), “individu yang tidak dapat menyesuaikan diri akan memiliki kekurangan-kekurangan sehingga akan merasa terasing dan terisolir dari lingkungan masyarakat dimana dia hidup”. Cara seseorang mengatasi masalahnya seperti dalam mengatasi penyesuaian diri berbeda-beda tergantung dari pengalaman yang di alami setiap individu, namun pada intinya berupaya untuk meningkatkan pencapaian tujuan penyesuaian diri yang diinginkan. Berdasarkan data mengenai permasalahan penyesuaian diri yang di lakukan siswa dari penelitian di lapangan pada tahun 2012 menunjukkan bahwa tidak sedikit siswa kelas VII kurang mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Dari data di atas kita dapat menyimpulkan bahwa masih tingginya angka siswa yang belum bisa menyesuaikan diri dengan temannya. Jika hasil penyesuaian diri kurang baik ,maka berkaitan dengan kurangnya proses penyesuaian diri siswa.

Di SMP Islam Ngoro terdapat 4 kelas untuk kelas VII. Berdasarkan informasi dari guru BK diketahui bahwa kelas yang mengalami persoalan dengan penyesuaian diri dan diindikasikan memiliki penyesuaian diri rendah adalah kelas VII-E. Informasi tersebut di dukung tahap penelitian awal yang dilakukan peneliti di temukan data bahwa 15 siswa atau sekitar 50 % dari siswa kelas VII-E yang kurang mampu menyesuaikan diri. Beberapa diantaranya sering bertengkar karena masalah sepele misalnya berselisih kata sehingga menimbulkan pertengkaran dan permusuhan, merasa dikucilkan dan merasa terasingkan misalnya siswa tidak mampu menguasai atau memahami suatu permainan yang di mainkan temannya sehingga dianggap beban dalam permainan mereka, menunjukkan sikap senang mengganggu serta cenderung menang sendiri dan menyalahkan temannya misalnya siswa terlalu egois, sombong, melakukan perbuatan sesuai keinginannya, cenderung menyendiri dan sulit untuk membentuk

hubungan persahabatan dengan teman-teman barunya misalnya siswa merasa takut untuk bersosialisasi dengan teman barunya dan lebih suka menyendiri.

Kondisi ini tentu saja tidak bisa dibiarkan apalagi siswa SMP yang seharusnya sudah mempunyai kematangan dalam hubungan teman sebaya, untuk itu siswa dituntut mampu untuk menyesuaikan diri. Bimbingan kelompok sebagai salah satu bidang dalam pendidikan bekerjasama dengan bidang-bidang yang berusaha untuk mewujudkan perkembangan peserta didik sesuai dengan bakat, minat dan nilai yang di anut masing-masing. Salah satu layanan yang diharapkan mampu meningkatkan penyesuaian diri adalah layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan suatu pemberian bantuan (bimbingan) yang diberikan kepada peserta didik melalui kegiatan kelompok. Aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan dan pemecahan masalah siswa yang menjadi peserta layanan. Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta layanan (siswa). Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa (Tohirin 2007:172).

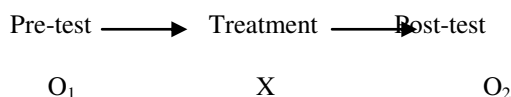
Teknik yang dapat diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok, adalah teknik umum dan permainan kelompok (Tohirin 2007:173). Permainan dapat dijadikan sebagai salah satu teknik dalam layanan bimbingan kelompok baik sebagai pelengkap teknik-teknik yang lain maupun sebagai suatu teknik tersendiri yang merupakan wahana pemuat materi pembinaan atau materi layanan tertentu. Melalui permainan akan menciptakan suatu suasana yang menyenangkan. Dengan melakukan beberapa latihan permainan dalam suasana yang rileks, peserta mendapat suatu pengalaman (Mulyono 2002:4).

Peserta didik dapat melampiaskan dorongan-dorongan emosinya sehingga tercipta perasaan lega dan puas. Suasana menyenangkan dan santai yang tercipta selama permainan berlangsung akan menimbulkan suatu pengalaman tersendiri bagi peserta didik yang kemudian akan direnungkan untuk menyadari perasaan dan reaksi-reaksi mereka. Dinamika kelompok yang tercipta juga akan mendorong peserta didik untuk mampu melakukan interaksi sosial sehingga peserta didik akan mampu menyesuaikan diri secara baik dan wajar dalam lingkungan sosialnya. Berdasarkan hal di atas akan diteliti efektifitas penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII-E SMP Islam Ngoro,Jombang.

## METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian preksperimental design dengan model pretest-post test

one group design, yaitu eksperimen yang dilakukan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. Tujuannya adalah untuk mengetahui perbedaan skor kemampuan penyesuaian diri di sekolah dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, dengan mengukur tingkat penyesuaian diri siswa di sekolah sebelum perlakuan (*pre-test*) dan setelah diberi perlakuan dalam jangka waktu tertentu (*post-test*). Penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



#### Rancangan Penelitian (Suharsimi Arikunto, 2006:85)

Keterangan :

O<sub>1</sub> : Tes Awal (*Pre-Test*) sebelum pemberian perlakuan

X : *Treatment* (perlakuan) disini adalah pemberian teknik permainan dalam bimbingan kelompok

O<sub>2</sub> : Tes Akhir (*Post-Test*) setelah pemberian perlakuan

Menurut Arikunto (2006: 145), “subyek penelitian adalah subjek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti”. Adapun yang menjadi Subyek penelitian adalah siswa kelas VII-E SMP Islam Ngoro Jombang yang memiliki tingkat penyesuaian diri rendah di sekolah dengan menggunakan teknik permainan “ siapa disampingku, dapat diketahui melalui angket. Dalam penelitian ini pengambilan sampel bertujuan atau *Purposive Sampling*, yang berarti pengambilan subjek bukan didasarkan atas strata, random, atau daerah tetapi didasarkan adanya karakteristik tertentu dan tujuan tertentu, juga ada pertimbangan-pertimbangan tertentu dalam pengambilan subjeknya.

Penelitian ini adalah data mengenai kemampuan penyesuaian diri siswa. Untuk mendapatkan data tersebut, metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Metode angket dalam penelitian ini digunakan untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa.

Angket yang digunakan untuk mengetahui tingkat kemampuan penyesuaian diri di sekolah adalah angket yang disusun oleh penulis sendiri, dimana jenis angket adalah tertutup jika dilihat dari cara menjawabnya, langsung jika dilihat dari cara menjawabnya dan *checklist*(√) bila dilihat dari bentuknya. Metode angket diberikan kepada siswa kelas VII-E SMP Islam Ngoro Jombang yang memiliki kemampuan penyesuaian diri rendah.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dilakukannya *pre-test* adalah untuk mengetahui kondisi awal subyek, sebelum subyek penelitian diberikan perlakuan teknik permainan “siapa di

sampingku”. Untuk sampai pada hasil olahan data, terlebih dahulu perlu dipersiapkan data yang lengkap dengan penyajian yang cermat. Data yang peneliti sajikan dalam penyajian ini adalah data akhir, yaitu data yang berbentuk angka yang sudah di jumlah dari masing-masing alternatif jawaban yang berpedoman pada kriteria yang sudah ditentukan.

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penyajian data akhir adalah sebagai berikut :

1. Membuat tabel yang berisi kolom untuk item dan baris untuk nomor subyek.
2. Memindahkan jawaban responden pada tabel yang disediakan dengan pedoman skoring.
3. Menjumlahkan skor tiap item yang diperoleh masing-masing subyek.

Pada sajian data berdasarkan penelitian sesuai dengan hasil analisis angket *pre-test* dan *post-test* sebagai berikut :

**Tabel 4.1**  
**Hasil Pre Test Angket Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII-E di SMP Islam Ngoro Jombang**

No.	Nama Responden	Skor
1	AOS	112
2	CAN	130
3	DKP	135
4	DR	123
5	DH	127
6	DNA	138
7	DIW	137
8	EMJ	136
9	FAC	172
10	GIP	138
11	IKN	131
12	IFP	127
13	JY	115
14	JTMA	108
15	LIS	130
16	LO	113
17	LNO	132
18	MRZ	126
19	MI	133
20	N	135
21	RY	114
22	RAO	128
23	RYS	126
24	RH	130
25	SPW	130
26	SF	130
27	SU	116
28	SA	131



# Penerapan Teknik Permainan “Siapa Di Sampingku” Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Kelas Vii-E Smp Islam Ngoro Jombang

29	VP	126
30	WF	130
31	YCP	131

Sumber : Data penelitian

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, maka jumlah yang diambil sebanyak 6 siswa yang memiliki skor rendah, dimana siswa tersebut mengalami tingkat penyesuaian diri yang rendah. Berdasarkan hasil perhitungan mean ( $\bar{x}$ ) dan standar deviasi (SD) dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Kategori ini digunakan untuk menentukan tingkat kemampuan penyesuaian diri pada subyek dengan pembagian kategori tersebut adalah :

- a. Kategori tinggi : mean skor + 1 SD ke atas  

$$: 128,71 + 1 (10,78)$$

$$= 139,49$$
- b. Kategori sedang : mean – 1 SD sampai mean + 1 SD  

$$: 128,71 - 1 (10,78)$$

$$\text{sampai } 128,71 + 1 (10,78)$$

$$: 117,93 \text{ sampai } 139,49$$
- c. Kategori rendah : mean – 1 SD ke bawah  

$$: 117,93 - 1 (10,78) = 117,93$$

Jadi dapat disimpulkan bahwa :

Kategori kemampuan menyesuaikan diri untuk tingkat tinggi = 139 keatas

Kategori kemampuan menyesuaikan diri untuk tingkat sedang = 118 sampai 138

Kategori kemampuan menyesuaikan diri untuk tingkat rendah = kurang dari 117

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok dapat memberikan pengaruh dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII-E SMP Islam Ngoro Jombang. Dalam hal ini dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada skor kemampuan penyesuaian diri siswa antara sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan berupa penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis statistik *non-parametrik* dengan uji Wilcoxon maka didapatkan nilai kritis T untuk uji jenjang Wilcoxon dengan taraf signifikan 5 % dan N = 6 diperoleh  $T_{tabel} = 1$  sehingga  $T_{hitung}$  lebih kecil  $T_{tabel}$  ( $0 < 1$ ) berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian dapat diartikan bahwa ada perbedaan skor tingkat kemampuan penyesuaian diri sebelum dan sesudah pemberian perlakuan penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok. Hal ini berarti penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok dapat dijadikan sebagai alternatif untuk membantu siswa yang memiliki kemampuan penyesuaian diri yang rendah.

Hal ini terjadi peningkatan yang berarti (perubahan positif) dalam kemampuan penyesuaian diri siswa setelah perlakuan dengan penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok. Berdasarkan analisis data, diketahui bahwa skor kemampuan penyesuaian diri siswa secara umum mengalami peningkatan yang positif setelah diberi perlakuan. Walaupun setiap siswa mengalami peningkatan skor rasa kemampuan penyesuaian diri yang berbeda-beda. Sehingga diketahui penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok memberikan pengaruh untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri pada siswa kelas VII-E SMP Islam Ngoro Jombang. Hal ini telah menjawab hipotesis yang berbunyi “ada perbedaan yang signifikan kemampuan penyesuaian diri siswa antara sebelum dan sesudah diberi penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok kelas VII-E di SMP Islam Ngoro Jombang” dapat diterima, yang artinya penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa kelas VII-E SMP Islam Ngoro Jombang.

### Saran

Berdasarkan simpulan di atas dapat disarankan sebagai berikut :

1. Bagi Konselor Sekolah  
 Dengan adanya bukti bahwa penerapan teknik permainan “siapa di sampingku” bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa, sehingga konselor sekolah diharapkan menggunakan teknik permainan “siapa di sampingku” dalam bimbingan kelompok sebagai alternatif dalam membantu siswa yang mengalami kesulitan dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri.
2. Bagi Sekolah  
 Penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi konselor sekolah dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, terutama dalam membantu siswa untuk meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa.
3. Bagi peneliti yang lain  
 Bagi peneliti lain, diharapkan agar menambah penggunaan instrument pengumpulan data selain angket. Selain itu juga waktu pemberian perlakuan diperpanjang agar hasil penerapan teknik permainan dalam bimbingan kelompok lebih maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Azwar, Saifudin. 1998. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset

- Burhanudin , Ahmad. dkk. 2012. Makalah Dinamika Kelompok. *Makalah* tidak diterbitkan. Surabaya. PPB FIP UNESA.
- Djumhur, I dan Mohammad Surya. 1975. *Bimbingan Dan Penyuluhan Di Sekolah*. Bandung: CV Ilmu.
- Hurlock, B. Elizabeth. 1993. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, Kartini. 1989. *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju.
- Linawati, Dian. 2004. "Pengaruh Teknik Bermain Terhadap Interaksi Sosial Anak 3-4 Tahun Di Play Group Kuncup Bunga Surabaya". *Skripsi*. Tidak Diterbitkan. Surabaya. PPB FIP UNESA.
- Martini. 2005. "Prosedur dan Prinsip-prinsip Statistika". Surabaya, Unesa University press
- Mulyono, Tri dan Setya Haji Winarna. 2002. *Bermain Belajar Bersikap*. Surabaya: Plan Indonesia.
- Nastuti, Sri Puji. 2007. "Pengaruh Penerapan Bimbingan Kelompok Model Permainan Kerjasama Terhadap Hambatan Komunikasi Interpersonal Pada Anak Jalanan Kelas Paus (Umur 12-18 Tahun) Di Sanggar Alang-alang Surabaya". *Skripsi*. Tidak Diterbitkan. Surabaya. PPB FIP UNESA.
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2006. *Bimbingan Dan Konseling Dalam Berbagai Latat Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Nursalim, Mochamad dan Suradi. 2002. *Layanan Bimbingna Dan Konseling*. Surabaya: UNESA University Press.
- Panuju, Panut dan Ida Umami. 2005. *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Prasetyo, Dwi Sunar. 2007. *Membedah Psikologi Bermain Anak*. Yogyakarta: Think.
- Prayitno, 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang : Balai Aksara
- Rahmawati, Yeni. 2004. "Pengaruh Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Pengembangan Diri Terhadap Kecenderungan Tingkat Percaya Diri Siswa Kelas 1-6 SMA Negeri 1 Jombang. *Skripsi*. Tidak Diterbitkan. Surabaya. PPB FIP UNESA.
- Rumini, Sri dan Sundari Siti. 2004. *Prekembangan Anak Dan Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Siegel, Sidney. 1990. *Statistik Non Parametrik Untuk Ilmu Sosial*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sudjana, Nana. 1987. *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendekatan Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta .
- Sunarto dan Hartono Agung. 1999. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Tim penyusun. 2006. *Panduan Penulisan Dan Penilaian Skripsi Universitas Negeri Surabaya*. Surabaya: Unipress.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Vebriato, S. T. 1999. *Sosiologi Pendidikan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Willis, Sofyan. 2005. *Remaja Dan Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.
- Willis, Sofyan. 1994. *Problem Remaja Dan Pemecahannya*. Bandung: Angkasa.